

Der Zusammenhang von Bewegung und Lernen in neueren Lernkonzepten an Schulen im deutschen Sprachraum

Gisela DOI

In den Schulen des deutschen Sprachraums wurde in den letzten Jahren bei der Entwicklung von Unterrichtsformen vermehrt großen Wert auf die Bewegung beim Lernen gelegt. Worin sind hier die Gründe zu suchen, wie gestalten die Schulen dieses Lernen im einzelnen, wie sind die Auswirkungen auf das Lernen und Erleben der SchülerInnen? Diesen Fragen bin ich nachgegangen, um Anregungen für meinen Deutschunterricht in Japan zu erhalten.

Das Konzept der „Bewegten Schule“ geht auf den Schweizer Sportpädagogen Urs Illi zurück. Anfang der 1980er plädierte dieser dafür, mehr Bewegung in die traditionelle „Sitzschule“ zu bringen. Er begründete dies vornehmlich mit dem Kompensationsgedanken. Von ihm stammt auch der Ausdruck des „Bewegten Sitzens“ mit dem er Sitzen bezeichnete, welches immer wieder von Phasen des Stehens oder Umhergehens unterbrochen wird.

Inzwischen findet eine breite Diskussion in der sportwissenschaftlichen und pädagogischen Literatur über die Bewegte Schule im Rahmen einer Verbesserung des Lernens, insbesondere in den Grundschulen statt. Die

Bewegte Schule ist nicht unbedingt nur eine Schule mit mehr als die wöchentlich vorgeschriebenen Unterrichtsstunden des Schulfachs „Sport“, sondern eine Schule, die sowohl während des Unterrichts, als auch in den Pausen sehr viel körperliche Bewegung anbietet.

Der deutsche Schulsport ist gemäß Erlass des hessischen Kultusministeriums vom 1. Aug. 2014 unter Berücksichtigung seines Doppelauftrages „Erziehung zum Sport und Erziehung durch Sport“ in zwei Gruppen gegliedert, und zwar zum einen in den eigentlichen Sportunterricht, der in der Regel zwei Stunden wöchentlich erfolgt und ganz allgemein die Bewegung in einem bewegten Unterricht, den aktiven Pausen, SV-Veranstaltungen, ferner in Veranstaltungen mit klarem sportlichen Angebot wie alpinem Wandern, Klettern, Studientagen, Radwandern, Schneesport, Wassersport, ferner in Sportgruppen auf der Grundlage von Programmen, wie Talentsuche, Schule und Verein, und schließlich in schulsportliche Wettbewerbe oder Spiel- und Sportfeste und in den außerschulischen Sport.¹⁾

In Deutschland werden unter der Bezeichnung Bewegte Schule und in der Schweiz unter dem Namen „Schule bewegt“ Unterrichtsprogramme bezeichnet, die in den Schulalltag eingebaut sind, um durch Bewegung sowohl das eigentliche Lernen als auch das Wohlbefinden in der Schule zu verbessern.

Entwickelt wurde das deutsche Programm von Dr. Christina Müller, Professorin Em. für Didaktik des Schulsports und Bewegungspädagogik an der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig. Mit ihrem Programm sollen Grundschulen angeregt werden, Bewegung in Unterricht, in den Pausen und im Schulleben zu integrieren. Das über-

geordnete Ziel dieses Konzept ist es, bei Kindern nicht nur die körperlichen Fähigkeiten auszubilden, sondern darüber hinaus durch Bewegung differenzierte Wahrnehmungen und vielfältige Erfahrungen zu ermöglichen, kognitives Lernen zu erleichtern, soziales Lernen zu fördern, emotionales Erleben anzuregen und den Aufbau eines positiven Selbstkonzepts der Kinder zu unterstützen.²⁾

„Bewegte (Grund-) Schule“ nach Christina Müller³⁾

An vielen sportwissenschaftlichen Instituten deutschsprachiger Universitäten wie z.B. der Universität Bielefeld, Leipzig, Universitäten Nordrhein-Westfalens oder der Universität Salzburg, Schweiz wird auf diesem Gebiet geforscht, die Forschungsergebnisse an die Studierenden in Form von Ergänzungsseminaren für LehramtsstudentInnen weitergegeben.

Die Begründungsmuster für eine Bewegte Schule lassen sich im Wesentlichen in drei verschiedenen Kategorien zu finden, die sich teilweise überschneiden:

1. Entwicklungs- und lerntheoretische Begründungsmuster

Davon ausgehend, dass Bewegung ein Grundbedürfnis des Menschen darstellt, erfüllt sie eine explorative Funktion. Kinder lernen besser, wenn der Lernprozess ganzheitlich gestaltet ist, und mehr als nur den visuellen und akustischen Analysator miteinbezieht. Gerade der kinästhetische Wahrnehmungssinn, dessen Rezeptoren in den Muskeln, Bändern, Sehnen und Gelenken liegen, kann das Lernen verbessern. Es entstehen in den Muskeln durch körperliche Bewegung Stoffe, die über die Durchlutung zum Gehirn gelangt, die Verarbeitung und Speicherung von geistigem Lernen verbessern.

Im Fachlernen, z.B. für Mathematik oder Fremdsprachen, wird durch Bewegung der Unterrichtsstoff effektiv und nachhaltig im Gehirn verankert.

2. Medizinisch-gesundheitswissenschaftliche Begründungsmuster

Diese wurden von Illi in den Fokus gerückt (vgl. oben). Dazu eine Anmerkung zur Dringlichkeit aus dieser Sicht: Ca. 50% der deutschen Schulkinder eines Jahrgangs sind übergewichtig, damit einhergehend hat die durchschnittliche körperliche Leistungsfähigkeit abgenommen.

3. Schulprogrammatische Begründungsmuster

Ausgehend von Forderungen des Schulpädagogen Hartmut von Hentig, dass die Schule nicht nur Lern-, sondern auch Lebens- und Erfahrungsraum sein soll, muss die Schule so gestaltet sein, dass die SchülerInnen sich darin wohlfühlen und ihnen auf einer ganzheitlichen Ebene Erfahrungsmöglichkeiten angeboten werden. Gerade das Konzept der Bewegten Schule bietet der einzelnen Bildungseinrichtung eine Chance sich zu profilieren. So soll es als Element des Schulprogramms etabliert werden und dadurch einen pädagogischen Rahmen schaffen, der alle Bereiche des Schullebens berührt. Ziel ist die Etablierung einer bewegten Schulkultur.

Das deutsche Bildungswesen untersteht der Länderhoheit, also den Kultusministern der einzelnen Ländern⁴⁾, die die Lehrpläne für die Schulen erstellen. Die Lehrpläne dienen als Richtschnur und können von den einzelnen Schulen, den einzelnen LehrerInnen der Schule bzw. der speziellen Klasse relativ variabel angepasst werden. Die Kultusministerien empfehlen das Programm Bewegte Schule, doch für deren intensive Integrierung in der Schule sorgt das Schulprogramm bzw. die Vorstellungen der einzelnen LehrerInnen. Es lässt sich aber sagen, dass Bewegungs-

und gesundheitsorientierte Schulen seit Beginn des 21. Jahrhunderts zunehmen.

Es gibt innerhalb Deutschlands länderweite Wettbewerbe, an denen sich die einzelnen Schulen beteiligen können, indem sie in einem ausführlichen Fragebogen einer Kommission Aufschluss darüber geben, wie an ihrer Schule im Unterricht, in den kleinen und grossen Pausen etc. ihr Programm von der Bewegten Schule realisiert ist. Die beste Schule wird, nach einer Inspektion vor Ort, zur Jahressiegerin gekürt.

Vor allem Grundschulen beteiligen sich an diesem Programm, davon wiederum nur ein Teil beim eigentlichen Wettbewerb. Das hessische Konzept ist fächerverbindend, fächertübergreifend angelegt und beinhaltet unter anderem die bewegungsorientierte Vermittlung von Unterrichtsinhalten (Lernen mit allen Sinnen), Bewegungspausen im Unterricht (zum Beispiel Spielformen zur Entmüdung, Entspannungsübungen), Bewegung in der Pause (zum Beispiel bewegungsanimierende Gestaltung in den Schulräumen und im Außenbereich von Schulen, To- und Ruheräume) sowie die Einrichtung mit bewegungsergonomischen Schulmöbeln (für dynamisches Körperverhalten).

Am Beispiel der hessischen Schule am Weinberg, Langenselbold, einer Grundschule, die mit der 4. Klasse abschließt, möchte ich eine andere Form der Anerkennung für bewegungsorientierte Schulen, die Zertifizierung, vorstellen.

2011 wurde das „Teilzertifikat für Bewegung und Wahrnehmung“ und 2013 das „Teilzertifikat für Ernährung- und Verbraucherbildung“ vom Schulamt verliehen. Verfolgen wir den Weg dazu: Seit 2004 nahm das Thema Bewegung und Wahrnehmung eine bedeutende Stelle in den Leitideen des Schulprogramms ein. Spielflächen auf dem Schulhof, deren

Gestaltung die Schule gemeinsam mit Eltern und SchülerInnen entwickelte. Klettergerüste wurden aufgebaut, ein „Grünes Klassenzimmer“ und ferner Spielgebüsche eingerichtet, Markierungen für Hüpfspiele auf dem Hof aufgemalt. Finanziert wurde es z.B. von Sponsoren, Schulbasaren, dem Weihnachtsmarkt und anderen Aktivitäten.

In den Klassen wurden für alle 200 SchülerInnen ergonomisch gestaltete Stühle und höhenverstellbare Tische sowie einige Stehpulte angeschafft. Zur Förderung der Konzentration absolvieren zu Beginn einer jeden Unterrichtsstunde alle eine kleine Balance- und Koordinationsübung. Ferner wurden Fortbildungsmaßnahmen für das Lehrerkollegium, sowie Aktionstage und Elternabende zu diesem Thema eingerichtet. Der klassische Sportunterricht, sportliche Arbeitsgemeinschaften und die Teilnahme an Sportfesten und Bundjugendspielen stehen ebenfalls auf dem Lehrplan.⁵⁾

Nachfolgend möchte ich die Vorgehensweise und Unterrichtsmethodik in den von mir besuchten Schulen, der Helene-Lange-Schule (HLS), einer öffentlichen integrierten Gesamtschule, Wiesbaden sowie des Campus Klarenthal, einer Wiesbadener Privatschule, die SchülerInnen für den Zeitraum vom Kinderhort bis zum Abitur begleitet, darstellen. Beide sind Schulen, die nicht explizit am Wettbewerb „Bewegte Schule“ teilgenommen haben.

Die Forschungsreise fand im Zeitraum vom 9. -18. November 2015 statt.

a) Bewegte Schulkultur der HLS, Wiesbaden⁶⁾

Die Hospitation fand am 10. November 2015 statt.

Die HLS wurde 1847 als „Höhere Töcherschule“ gegründet, 1971 wurde koedukativer Unterricht eingeführt. 1986 wurde die Schule unter der

Leitung von Enja Riegel in eine Integrierte Gesamtschule mit reformpädagogischem Profil umgewandelt. Als Versuchsschule des Landes Hessen, mit dem Auftrag zur Weiterentwicklung des Schulwesens, muss sie ihr Konzept regelmäßig evaluieren und extern evaluieren lassen. Sie empfängt regelmäßig Besucher der pädagogischen Welt und gibt diesen die Möglichkeit, Ideen, Materialien, Konzeptbausteine auf deren eigene Situation zu transferieren. Sie wird intensiv wissenschaftlich begleitet. Ihre Wirkung liegt zum einen in einer Modellfunktion und zum anderen in der Weitergabe des Know-Hows.

Schüler der Jahrgangsstufen 5 bis 10 besuchen diese Schule, je 26 Schüler in einer Klasse, in einem Jahrgang gibt es 4 Klassen. Die Klassen werden idealerweise von einem Klassenlehrer oder einer Klassenlehrerin mit einer zweiten Lehrkraft durchgehend unterrichtet.

Diese/r begleitet die SchülerInnen während der ganzen Schulzeit an der HLS, wodurch sich ein großes Vertrauensverhältnis zwischen SchülerInnen und den Lehrkräften herausbilden kann.

„Helene-Lange-Schule — das ist Theaterspielen“⁷⁾

Seit ca. 1994 wird an der HLS in Projekten von Schülern Theater gespielt. Beginn für die Aufnahme von Theaterprojekten war Abdul Lunze, Regisseur und ehemaliger Schüler der HLS, der einmal für ein Theaterprojekt engagiert wurde und in der folgenden Zeit LehrerInnen und Schulleitung von der großen Bedeutung des Theaterspielens für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen überzeugen konnte. Inzwischen gibt es vier etablierte Theaterprojekte als eines der wichtigsten Standbeine in der bewegten Schulkultur der HLS.

Diese vier Theaterprojekte werden innerhalb eines Schuljahres realisiert,

und zwar⁸⁾

- a) Die Kleine Theaterwerkstatt als Arbeitsgemeinschaftsangebot am Nachmittag
- b) Der English Drama Workshop, 1 wöchig, 8. Klasse
- c) Das Theaterprojekt auf Antrag als Option und als Alternative zum Filmprojekt, 5 Wochen, Jahrgang 9
- d) Die Große Theaterwerkstatt, durchgängig ein Jahr in den Jahrgängen 9-10

Diese Theaterprojekte werden mit externen RegisseurInnen, AutorInnen etc. durchgeführt, die mit Geldern aus dem Förderverein, der Elternspende und vor allem aus dem Geld, das durch das Putzen der SchülerInnen eingespart werden kann.

Die deutschen Schulen werden normalerweise von städtischem Reinigungspersonal geputzt. Die HLS SchülerInnen übernehmen jedoch schon seit vielen Jahren selbst Verantwortung für die Sauberkeit ihrer Schule und putzen regelmäßig selbst. Der Putzplan, kurz „Pupla“, hängt zur Orientierung für die SchülerInnen in der Klasse an einer Pinnwand. Nach einer Vereinbarung der Stadt mit der Schulleitung der HLS erhält die Schule jedes Jahr das durch das Putzen eingesparte Geld in Höhe von ca. 27.000 Euro, womit die Schule das Engagement für die externen Theaterleute weitgehend bezahlen kann.⁹⁾

Zu Beginn der Hospitation wurde unsere Gruppe übrigens von ca. 13 LehrerInnen von einem 13jährigen Schüler ganz souverän im Schulhaus herumgeführt, der uns die einzelnen Teile des Hauses, die Flure, die Poster an der Wand erklärte.

Dem Theaterspiel kommt als integraler Bestandteil einer ganzheitlichen Pädagogik an der Schule große Bedeutung zu. Selbst für die SchülerInnen ist das Theaterspielen derart wichtig, dass sie damit einverstanden

sind, das Putzen nach dem Unterricht zu übernehmen.

Die oben erwähnte „Kleine Theaterwerkstatt“ wird gegenwärtig von einer Schauspielerin geleitet, die hauptberuflich am Wiesbadener Staatstheater arbeitet. Sie wird von einem Lehrer der Schule in der Logistik und Beratung unterstützt. Das mit den SchülerInnen erarbeitete Theaterstück wird den Jahrgängen 5 bis 7 sowie an einigen Wiesbadener Grundschulen oder denjenigen SchülerInnen, die neu in die HLS eingeschult werden, vorgespielt.

Die Klassen des 8. Jahrgangs haben eine Woche komplett Auszeit vom klassischen Unterricht und erarbeiten mit einem irischen Regisseur ein Theaterstück auf Englisch. Sowohl die Arbeitssprache, d.h. die Verständigung mit dem Regisseur, als die Sprache des eigentlichen Stückes sind in Englisch. Die SchülerInnen erleben hier eine echte Kommunikation in englischer Sprache und keine wie sonst übliche Übungssituation. Für das insgesamt 5 Wochen dauernde Theaterprojekt (oder wahlweise ein Filmprojekt) in Jahrgang 9 kann man sich nur als ganze Klasse bewerben. Die SchülerInnen einer Klasse, welche an dem Projekt teilnehmen wollen, müssen zuerst versuchen, alle SchülerInnen der Klasse auf ihre Seite zu bringen, was große Überzeugungskraft erfordert, wenn einige lieber beispielsweise am Filmprojekt teilnehmen würden oder gar keines der beiden Projekte anstreben. Nach dieser großen Hürde wird vier Wochen lang ein Theaterstück ausgearbeitet und geprobt. Der klassische Unterricht wird komplett ausgesetzt. Die SchülerInnen kommen morgens in die Schule, sind in dieser Zeit aber vollständig mit den Proben ihres Theaterstückes (bzw. mit dem Drehen ihres Filmes) beschäftigt. Bei der Theaterarbeit ist sehr viel Einsatz, Disziplin und immer wieder die Bereitschaft zur Kommunikation über die ernsthafte Auseinandersetzung mit dem Theaterstoff notwendig. In der letzten Woche wird das Stück an der

Schule in den einzelnen Klassen vorgeführt und anschließend diskutiert. Der Stoff für die verbindlichen Klassenarbeiten wird selbstverständlich nachgeholt. Auch hier kommen externe Regisseure, Autoren oder Hochschulleute auf Honorarbasis an die Schule. Der Klassenlehrer fungiert als Berater, Logistiker und Bindeglied zur Schule. Die große Theaterwerkstatt schließlich gehört zu den Wahlpflichtfächern des 9.-10. Jahrgangs und wird ganzjährig von einem externen Regisseur begleitet. Während der Intensivphase im Frühling – die Premiere und alle weiteren öffentlichen Aufführungen finden ab Anfang Mai statt – sind die Schüler dieses Fachs vom Unterricht befreit.

Mehr Zeit für die klassischen Schulfächer oder für die kreative Theaterarbeit? Dies ist eine Frage, die immer wieder von außen gestellt wird, aber, wie die Evaluierung der Universität Mainz gezeigt hat, trägt die künstlerisch-kreative Beschäftigung wesentlich zum Kompetenzerwerb der SchülerInnen bei, sodass diese Frage von Eltern und Schule nicht mehr diskutiert werden braucht. Die in der Grafik aufgeführten Kompetenzen ragen auch in den Unterricht des klassischen Fächerkanons hinein wie z.B. Vor- und Nachbereitung der Stücke im Deutschunterricht, die Durchführung eines English Drama Workshops im Unterricht, Aufführung der Stücke vor den SchülerInnen der HLS, die Auseinandersetzung mit den Themen des Stückes in den Klassen, Erklären, Fragen beantworten etc. Die Inhalte der Stücke sind gesellschaftlicher, ethisch-religiöser, literarischer oder formal-ästhetischer Art. Ein anderes Projekt steht unter dem Stichwort „Demenz“. Einige Monate lang kümmern sich Schüler während einer dafür vorgegebenen Unterrichtszeit um einen dementen alten Menschen in der Stadt, gehen für ihn einkaufen, helfen bei der Hausarbeit oder sprechen mit ihm. So erfahren sie in der sozialen Fürsorge und im Miteinander vom Leben von früher, von der

damaligen und heutigen Denk- und Lebensweise, von den Problemen alter Menschen und der Demenz. Weitere Projekte sind eine Unescoarbeitsgemeinschaft, ein jährlich veranstalteter Nepalbasar, die Fahrradrallye und viele andere Aktivitäten, welche dazu beitragen, dass die Jugendlichen eine ferne Region der Erde und deren Bewohner kennen lernen. Sie bewegen sich und erfahren dabei, dass man umgekehrt selbst etwas etwas bewegen oder verändern kann, sie übernehmen Verantwortung und lernen vernetzt zu denken. Die Schule begreift sich nicht nur als wissensvermittelnde Institution, sondern auch als Institution zur Vermittlung von Fachkompetenz, die den SchülerInnen ermöglichen soll, starke, selbstbewußte Persönlichkeiten zu werden, die lernen, sich auf andere einzulassen, mit ihnen zu kommunizieren. Identitätsbildung und respektvolles Miteinander mit andern sind zentrale Themen in dieser Entwicklungsphase. Bewegung ist auch im Sprachenunterricht integriert, wird in den kleinen und grossen Pausen sowie innerhalb der einzelnen Projekte garantiert, denn die SchülerInnen können sich dafür entscheiden in anderen Räumen zu arbeiten, in die Bibliothek zu gehen usw. Ein weiteres ins Schulprogramm implementierte Projekt soll den Anspruch an eine bewegte Schule noch weiter fokussieren, indem der Schulhof ebenfalls zu einem Ort mit vielen Bewegungsmöglichkeiten umgestaltet wird.

Campus Klarenthal.

Der 2007 eingerichtete Campus Klarenthal ist das ganz neue Modell von Schule eines protestantischen Trägers¹⁰⁾, ebenfalls pädagogisch-reformiert. Es führt bereits vom Kinderhort bis zum Abitur, zur allgemeinen Hochschulreife. Enja Riegel, die ehemalige Schulleiterin der HLS realisierte damit ihre ideale Schule, sie erfüllte sich ihren Herzenswunsch, wie sie mir beim Treffen am 12. November sagte. Die Kinderhortplätze werden

über den zentralen Verteiler der Stadt Wiesbaden vergeben. Ab dem Kindergarten muss man sich direkt beim Campus bewerben. Von der 5. bis zur 10. Klasse funktioniert die Schule als Integrierte Gesamtschule. Im November 2015 waren 352 Schüler angemeldet. Das Schulareal ist mit 60.000 Quadratmetern sehr weitläufig, mit weiten Außenanlagen und großem Baumbestand. Je nach Gehalt der Eltern beträgt das Schulgeld für die Grundschule zwischen 380 und 660 Euro pro Monat, zuzügl. ca.100 Euro das Mittagessen. Teilstipendien oder Stipendien stehen zur Verfügung, da in der Schülerschaft ein Querschnitt der Bevölkerung angestrebt ist. Knapp 10% der SchülerInnen sind körperlich oder geistig besonders förderungsbedürftig, sitzen im Rollstuhl, haben LRS oder Legastenie¹¹⁾. Es geht also nicht darum, SchülerInnen mit den besten Leistungen und den besten Noten für diese Schule zu gewinnen, sondern mit dem Schulprogramm dafür zu sorgen, dass die Kinder und Jugendlichen optimal gefördert, gefordert und auf das Leben vorbereitet werden. Ziffernnoten gibt es erst ab Klasse 8, damit die SchülerInnen dadurch zunächst weniger Stress in der Schule haben. Sie werden mit einem selbstzusammengestellten Portofolio in einem Dreiergespräch (SchülerIn, LehrerIn, Elternteil) beurteilt. Die Schule beginnt gleitend. In der Zeit von 7:45 Uhr bis 8:30 Uhr kommen die SchülerInnen und können schon mit freiem Arbeiten beginnen. Am 16. 11. 2016, einem Montag, besuchte ich die Grundschule. Jeder Montagmorgen beginnt mit dem Momo, dem Montagmorgenkreis, einem Ritual. Jede Schulklasse übernimmt abwechselnd die Gestaltung des Momo in kleinen Gruppen, und zwar in der Aula als 40 Min. Vorführung künstlerischer, sportlich-artistischer, musikalischer und literarischer Art. Bei meiner Hospitation trug eine Klasse von 11 bis 12 jährigen Mädchen und Jungen mit Flic-Flac-Darbietungen, Lieder, Tanz und Gedichte, zu dem die Gruppe Bilder in Postergröße gemalt hatte,

vor. Die ganze Klasse trug zum Momo bei, wurde nur, wenn nötig, von einem Sportlehrer unterstützt. Sie erhielt vom Plenum der Schule viel Beifall. Danach begann der Unterricht der Grundschule einer Montessori-schule, bei der ich hospitierte. Die Klassen der Grundschulen mischen sich mit SchülerInnen der Alterstufen 6 bis 10. Das hat den Vorteil, dass sich Jüngere bei Fragen nicht nur an die Lehrer sondern auch an ältere Schüler wenden können. Ich besuchte eine der vier Grundschulklassen mit dem Namen Helianthus (Sonnenblume). Der Unterricht bestand zumeist aus „Freiarbeit“, in der die SchülerInnen sich den Stoff selbst erarbeiteten und bei der die beiden Lehrkräfte nur umhergehen und den SchülerInnen nach Bedarf in ihrem Arbeiten behilflich sind.¹²⁾ Die SchülerInnen arbeiteten offen und selbstständig, ganz individuell an ihren Aufgaben, teils mit Übungsheften, sei es Mathematik oder Deutsch, mit denen sie beispielsweise am Vortag nicht fertig geworden waren. Bücher, Lehrbücher, die für die Grundschule wichtig sind, waren im Regal zu finden und konnten bei Bedarf mit zum Tisch genommen werden. Meist saßen sich zwei SchülerInnen an aneinandergerückten Dreieckstischen gegenüber und arbeiteten. Einige saßen allein vor der Wand, um sich besser konzentrieren zu können. Die Schule, als Bildungsanstalt mit reformpädagogischem Konzept, wird regelmäßig hospitiert. Auch hier sind mehrere Schüler zuständig, die Besucher herumzuführen. Eine 9jährige Schülerin führte mich während der Freiarbeit durch die Räume und über das Schulgelände. Sie sprach über ihre Klasse, die Verantwortung, die Hühner und Hasen auf dem Gelände zu füttern und erzählte von sich selbst. Dass sie sich so frei und doch auch geborgen an dieser Schule, in dieser Klasse fühlte, da sie sich immer auch an die Freunde und die beiden Lehrkräfte wenden könne. Und dass sie sich schon darauf freue, sich um die Pferde kümmern und reiten zu können. An der Schule gibt es

eine Weide mit einigen Pferden, die von der Reitgruppe versorgt und geritten werden. Von 10 Uhr bis 10:30 Uhr folgte eine Bewegungspause, die die SchülerInnen spielend, mit oder ohne Geräte, oder sich laufend bewegend draussen verbringen. um 10:30 Uhr wurde die Gruppe neu geteilt. Einige fuhren mit dem Schulbus zum Schwimmunterricht ins Wiesbadener Hallenbad, eine andere Gruppe machte Sport auf dem Gelände, eine weitere Freiarbeit. Eine vierte Gruppe von etwa 8 Kindern hatte im großen Eingangsbereich des Pavillions auf einem großen, runden Teppich im Kreis liegend Englischunterricht. Mit einer jungen amerikanischen Lehrerin übten sie auf spielerische, sich bewegende Art mit Wort-Bild-Karten englische Ausdrücke und notierten immer wieder etwas in ihre Hefte. Der Unterricht fand in freundlich gut gelaunter Atmosphäre statt, wobei es mehr nach Spiel und wenig nach Unterricht im eigentlichen Sinne aussah. In der anschließenden Mittagspause konnten die SchülerInnen im Pavillion das in der Schule frisch gekochte Schulessen mit Zutaten aus der näheren Region einnehmen (Gemüse-Curry mit Salat und Yoghurt). Vormittags können sich die SchülerInnen, wenn sie hungrig sind, an einem Frühstückstisch ein Brot schmieren, sich etwas zu trinken nehmen und im Klassenraum an ihrem Tisch essen, selbst wenn die anderen SchülerInnen nebendran arbeiten. Nachmittags geht es meist weiter mit dem freiem Lernen, immer begleitet von den beiden Lehrern. Durch den Anteil der förderungsbedürftigen SchülerInnen lernen die Kinder und Jugendlichen nicht nur ihren Lernstoff, sondern auch sehr viel auf sozialer Ebene im freundlichen und respektvollen Umgang mit den Mitschülern. Mittwochs steht „Exkursion“ auf dem Stundenplan. Die SchülerInnen haben sich im vergangenen Jahr mit Zeitunglesen beschäftigt, jeden Mittwoch Artikel aus der Tageszeitung gelesen, die sie interessierten, danach einen Windpark besucht, über den in der Zeitung berichtet wurde.

Ferner haben sie auch einige Artikel für die Zeitung verfasst. Neben fakultativen Nachmittagsangeboten nach dem regulären Schulunterricht gibt es während der Sommerferien auch Angebote vielfältiger Art mit Schriftstellern, Kunstpädagogen, Biologen, es wird geschmiedet, getanzt, gerannt, gesungen, ein Instrument gelernt und vieles mehr. Auch diese Schule ist nicht ausdrücklich als Bewegte Schule ausgewiesen, hat aber meines Erachtens alle Anteile einer sozusagen „allumfassend bewegten Schule“.

Die Situation in der Schweiz

Für die Schweiz möchte ich das Schule bewegt, das LIB (Lernen in Bewegung) sowie das „fit-4-the-future“ vorstellen. Schule bewegt ist das nationale Programm, welches vom Schweizer Bundesamt für Sport¹³⁾ im Jahre 2005 ins Leben gerufen, die Bewegung und Tagesaktivität an den Schweizer Schulen fördert. Der Name impliziert, dass die SchülerInnen bewegend lernen und durch ihr Lernen etwas für sich selbst und für die Gemeinschaft in Bewegung setzen, etwas verändern. Die Gründe für mehr Bewegung an den Schweizer Schulen entsprechen denen des Programms in Deutschland. In diesem Zusammenhang möchte ich hier die verschiedenen Arten des bewegten Lernens nach Köckenberger¹⁴⁾ erläutern.

Abwechslung von kognitiver und sensomotorischer Belastung

„Durch die sich öfters wiederholende Abwechslung wird der Ermüdung und Unaufmerksamkeit in einzelnen Bereichen begegnet.... die Durchblutung wird gefördert und somit auch das Gehirn vermehrt mit Sauerstoff versorgt. Die Konzentrationsfähigkeit wird erneuert, u.a. auch durch die Stimulierung des Gleichgewichts.

Bewegungsaufgabe ohne inhaltliche Verknüpfung

Die SchülerInnen dürfen sich bewegen, während sie bestimmte kognitive Aufgaben lösen. Die Bewegung bedeutet eventuell eine Motivationshilfe. Durch die Bewegung kann die Aufmerksamkeit erhöht werden. Sie schafft Abwechslung und Unterscheidung, Die kognitive Aufgabe steht aber in keinem direkten Zusammenhang mit der Bewegungsaufgabe.

Inhaltliche Verknüpfung

Das Kind erfährt durch die konkrete Handlung an der Bewegungsaufgabe den Sinn und Inhalt der kognitiven Aufgabe. Es lernt über die Bewegungs- und Körpererfahrung, den Inhalt zu verstehen. Geeignete Materialien für bewegtes Lernen sind beispielsweise alle Materialien aus der Sporthalle, der Heilpädagogik, der Gymnastik und Ergotherapie, ferner aus der Psychomotorik und natürlich aus dem Alltag. Konkret kann es sich dabei um folgendes Material handeln: Fahrräder, Roller, alle Arten von Bällen, Spiegel, Luftmatratzen, Rasierschaum, Kästen, Zeitungspapier, Seile, Trampolin, Klorollen, Autoreifen, Kartons, Kreide, Schnüre, Würfel u. v. m.

Aufgerufen an der Teilnahme zum Programm Schule bewegt sind alle Klassen von Kindergarten bis zur Oberstufe. Es nehmen hauptsächlich Primarschulen teil. Das BASPO erarbeitete unter Mitarbeit von SportwissenschaftlerInnen und LehrerInnen Bewegungsprogramme, die neben dem Schulsport an den Schulen und Kindergärten während des Unterrichts, beim Üben von Rechenaufgaben oder bei Deutsch, Fremdsprachen beispielsweise, zwischen zwei Aufgaben oder in den Pausen, drinnen oder draußen durchgeführt werden sollen.

Die teilnehmenden Klassen verpflichten sich, mindestens ein Schuljahr lang jeden Tag 20 Minuten Bewegungssport oder mehr zu betreiben. Der

zuständige Lehrer meldet die Klasse beim BASPO an und erhält vielfältiges Material mit Bewegungsübungen, die im Schulalltag eingebaut werden können.

Es gibt 18 Übungsmodule unter denen die LehrerInnen nach Altersstufen aussuchen können. Thematisch sind sie nach inhaltlicher oder bewegungstechnischer Formaten bzw. nach dem Ort, wo und in welcher Altersstufe sie durchgeführt werden können, gegliedert.

Beispiel Bewegungsgeschichten (Kindergarten und Unterstufe), Pausenplatz bewegt (Unter- und Mittelstufe), Lernen bewegt (Unterstufe, aber auch Mittelstufe), zusammen bewegt, Musik bewegt (am besten Unter- und Mittelstufe, aber auch Kindergarten), usw. einschließlich einem Modul Ernährung und ein weiteres über die Wichtigkeit der Milch.

Zusatzelemente, wie ein bewegtes Hausaufgabenheft, einen Bewegungskalender, einen Bewegungswürfel, nach dem man sogar ohne die Lehrkraft die Art der Übung unter den SchülerInnen selbst auswürfeln kann, erhält man nach der Anmeldung.

Online auf der BASPO-Seite können zusätzliche Übungsaufgaben und Ideen heruntergeladen werden. D. h. es könnten sich auch Bewegungsinteressierte, die nicht offiziell am Programm teilnehmen, Ideen und Anregungen holen.

Alle Informationsunterlagen, Trainingsmodule, Erklärungen etc. sind dreisprachig zu erhalten, denn die Schweiz hat, je nach Kanton, mehrere offizielle Amtssprachen.

Die Mitmachrate der Schulklassen für die Schweiz einschließlich des Fürstentum Liechtenstein lag im Schuljahr 2015-2016 bei 10206 Klassen, das sind ca. 22,8% aller Schulklassen.

Besonderen Ansporn erhält dieses Programm ferner durch seine Patinnen und Paten (Gotten und Göttis) in Gestalt charismatischer Schweizer Spit-

zensportlerInnen, die die Klassen auf Anfrage besuchen und die SchülerInnen für die Idee des Sports begeistern.

Am Freitag, den 13. Nov. 2015, besuchte ich Eduard Buser-Batzli im Comenius Lernstudio, Solothurn. Als Primarlehrer hatte er an der Primarschule im solothurnschen Biberist im Jahr 2006 sein eigenes Konzept für bewegtes Lernen, das „Lernen in Bewegung“ (LiB) entwickelt, praktisch eingesetzt und verbreitet. Er gründete zusammen mit gleichgesinnten Pädagogen und Eltern einen Verein, zur weiteren Verbreitung seiner Unterrichtsmethode. Buser sah die Bewegungen in seinem Unterricht zumeist sehr stark mit den kognitiven Aufgaben verbunden. Auf die Frage, nach dem Warum seiner Methode führte er aus, dass seine eigenen Kindern sich oft in der Schule gelangweilt hätten. Das war für ihn der Anlass zur Suche nach neuen Unterrichtsformen. Davon ausgehend, dass Lernen nicht über Stillsitzen, sondern in Bewegung passieren sollte, begann er mit Rhythmisierungsübungen, Lernen mit Musik und Bewegung. Er erzählte, die SchülerInnen blühten auf, nahmen den Unterricht positiv wahr. Seine Methode erklärte er folgendermaßen¹⁵⁾:

Bei einer neuen Klasse baute er nach und nach auf. Zuerst liefen sie nur auf einem langen Rutschband entlang, lesend und memorisierend, das später durch einen präparierten Balken ersetzt wurde. Dieser diene zum Trainieren des Gleichgewichtssinns. Nach und nach käme ein Stab zur Balance hinzu, während die Kinder gehen und sprechen, um den Gleichgewichtssinn und die Hand-Augen-Koordination zu trainieren. Auch dies sei immer mit einer kognitiven Aufgabe verbunden. Etwa vier Monate später lernten die Kinder lesend, übend, miteinander sprechend auf verschieden großen Rollen zu balancieren. Das Stehen auf der Rolle diene der Vorwärts-Retour-Korrektur. Die Links-Rechts-Korrektur wird geübt,

indem ein Brett auf die Rolle gelegt wird. Perfekt ist, wer auf einem Kreisel eine Drehung von 360 Grad bei der Lösung einer kognitiven Aufgabe schafft. Danach werden Joglierbälle und -tücher eingeführt und danach Einräder. Die Arbeit mit den Geräten dauere etwa 15-30 Minuten pro Tag, die andere Zeit werden Übungen auf klassische Art und Weise gelöst. StudentInnen der benachbarten Pädagogischen Fachschule fanden heraus, dass Busers SchülerInnen schneller begriffen und memorierten, als vergleichbare Klassen, die nach herkömmlichen Unterrichtsmethoden unterrichtet worden seien. Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnis würden demnach optimal geschult. Beispiele seiner Trainingübungen wurden in dem für Bewegung im Unterricht konzipiertes Material, dem LiB Themenfächer zusammengestellt.¹⁶⁾

Man beachte die doppelte Wortbedeutung Themenfächer als Plural von Themenfach und „Fächer“, als der er mit vielfältigen Aufgaben gestaltet ist. Er hat zum Ziel, die Automatisierung und das Einüben von Lerninhalten und Bewegung zu kombinieren, Lernprozesse zu begünstigen, den Unterricht sinnvoll zu rhythmisieren.

Der Fächer ist durch 5 Farben in 5 Kapitel eingeteilt, Gelb: Aktivieren und Konzentrieren, Rot: Gehen und Balancieren, Blau: Rhythmisch Hüpfen und Springen, Grün: Im Gleichgewicht bleiben, Hellgrün: Jonglieren und Koordinieren.

2009 wurde Eduard Buser ausgezeichnet mit dem Comeniuspreis der Schweizer pädagogischen Hochschule FHNW für hervorragende Projekte aus der Bildungspraxis. Die Schule und seine Methode wurde berühmt, auch aus dem Ausland, beispielsweise aus Holland kamen Lehrergruppen zur Hospitation. Buser hat mit seinen SchülerInnen eine DVD mit der Vorgehensweise seines Unterrichts aufgenommen. Auch auf Youtube sind Videos mit Unterrichtsbeispielen zu finden. Bei meinem Besuch in Solo-

thurn hat er mir einige Übungen auf dem Balken vorgeführt. Seit seiner Pensionierung hält er weiter Unterricht in seinem privaten Lernstudio nach seiner Methode. Sein gesamtes Material hat er dem BASPO zur weiteren Verwendung bei deren Programm von Schule bewegt übergeben. Ein weiteres großes Programm im Bereich Bewegung und Lernen ist das Programm „fit-4-future“ von der Clevenstiftung. Die Schulen verpflichten sich dabei für drei Jahre bei diesem Programm mitzumachen, das Lehrerkollegium, SchülerInnen und Eltern miteinbegreift. Die Schulen werden auf Workshops mit Lehrmaterial zu Bewegung und Ernährung, ferner mit einer ca. 8000 CHF teuren Bewegungsgerätesonne versorgt, die auf dem Schulhof allen SchülerInnen zur Verfügung stehen soll. Bei diesem Projekt kommen ebenfalls die Sportbotschafter an die Schulen, um die SchülerInnen zu ermutigen und zu begeistern. Fit-4-future mit gegenwärtig ca. 300.000 angemeldeten SchülerInnen in Deutschland und der Schweiz gehört ebenfalls zu den großen Projekten auf diesem Gebiet.

Zusammenfassung

Die Integration von Bewegung in den Unterricht seit ca. 20 Jahren in Deutschland und der Schweiz nimmt immer breiteren Raum ein. Sie wird vornehmlich von WissenschaftlerInnen und PädagogInnen aus den Sportwissenschaften und der Sportpsychologie erforscht und bekannt gemacht. Dabei werden die neueren Erkenntnisse der Neurodidaktik zu Grunde gelegt. An den Programmen nehmen vornehmlich die deutschen Grundschulen und die Schweizer Primarschulen teil. Die Programme „Bewegte Schule“ in Deutschland und „Schule bewegt“ in der Schweiz sind gleich in ihren theoretischen Ausgangsüberlegungen, haben aber verschiedene Formate, hinsichtlich ihrer Verwirklichung in den Schulen: Wettbewerb und Zertifizierung in Deutschland und flächendeckende Teilnahmeprogramme

mit ausreichender Versorgung von vielen kostenlosen Übungsmaterialien in der Schweiz sowie den SpitzensportlerInnen, die als BewegungsbotschafterInnen die Schulen besuchen. Durch das fit-4-future Projekt der Clevestiftung werden nun vermehrt einhergehend mit der Bewegungs-Botschafter-Idee SpitzensportlerInnen eingesetzt. Die beiden vorgestellten reformpädagogischen Schulen, Helene-Lange Schule und Campus Klarenthal sehen als wichtigstes, zentrales Ziel in ihrer Bewegten Schulkultur die SchülerInnen zu verantwortungsbewussten, selbstbewussten, sozial kompetenten Menschen heranzubilden, die sich für die Belange der näheren Gemeinde als auch für die Probleme in der Welt öffnen und Verantwortung übernehmen. Sie haben den Begriff der bewegten Schule meines Erachtens noch um ein umfassenderes Menschenbild erweitert. Dazu soll das „Lernen mit Herz, Kopf, Hand und Fuß¹⁷⁾“ beitragen. Für den Fremdsprachenunterricht in Japan halte ich es aus den gewonnenen Erkenntnissen für äußerst wichtig, noch mehr an mit Bewegung verbundene Aufgaben in den Fremdsprachenunterricht zu integrieren, die die Atmosphäre im Klassenraum weiter verbessern und für ein schnelleres kognitives Lernen sorgen können.

Anmerkungen

- 1) Organigramm, Organisation des Schulsports in Hessen.
- 2) („Bewegte Schule“, Leitfaden, Kultusministerium Saarland, 2010)
- 3) Chr. Müller, R. Petzold: Bewegte Schule Aspekte einer Didaktik der Bewegungserziehung in den Klassen: 5 bis 10/12 (2.Aufl.) St. Augustin: Academia
- 4) Vgl. Homepage Kultusministerkonferenz
- 5) www.schule-am-weinberg.de/
- 6) www.helene-lange-schule.de, 1) Integrierte Gesamtschule
Schüler der drei Schultypen Haupt-, Real- und Gesamtschule werden

- gemeinsam unterrichtet
s. dazu die Kooperative Gesamtschule, in der Schüler in getrennten Klassen unterrichtet werden
- 7) ehemalige Schulleiterin Ingrid Ahlring aus „Ich kann auch anders!“
In Lernende Schule, S. 46. 2009
 - 8) Ebenda, S. 16
 - 9) Praxis Schule 5-10, Heft 5, 2006, S. 15
 - 10) EVIM – Evangelischer Verein für Innere Mission in Nassau
 - 11) Auf Antrag der Eltern können die Noten für Rechtschreibung in den sprachlichen Fächern sogar ausgesetzt werden.
 - 12) Stundenplan Grundschule Campus Klarenthal
 - 13) BASPO, Magglingen
 - 14) Köckenberger H Bewegtes Lernen, Dortmund, 1997
 - 15) Buser am 13. 11. 2016 in Solothurn
 - 16) Lernen in Bewegung, Themenfächer, inges. 34 Karten, Herzogenbuchsee 2008
 - 17) Campus Klarenthal, Schulkonzept

Sekundärliteratur:

- Barth, Katrin und Maak, Angela: Deutsch mit dem ganzen Körper, 60 Bewegungsspiele für alle Bereiche des Deutschunterrichts, Verlag an der Ruhr, 2009, 98 S.
- Bucher, Walter (Hg.): 741 Spiel- und Übungsformen, Teil 1 Kindergarten, Vorschule und 1.-4. Schuljahr, Hofmann-Verlag, 2000 (2.Aufl.), 208 S.
- Bucher, Walter (Hg.): 1070 Spiel- und Übungsformen, Teil 3, ab 7. Schuljahr, 2000 (2.Aufl.), 260 S.
- Buser, Eduard: Lernen in Bewegung, DVD
- Clancy, Mary E.: Besser lernen durch Bewegung, Spiele und Übungen fürs Gehirntaining, Verlag an der Ruhr, 2008, 208 S.
- Krepcik, Barbara: Rhythmus und Körper, Reihe Musik und Bewegung Band 1, Universität für Musik und darstellende Kunst Wien, Re Di Roma-Verlag, 2012, 133 S.
- Minimayr, Nina: Wie Gehirn und Körper lernen, Reihe Musik und Bewegung Bd. 2, Universität für Musik und darstellende Kunst Wien, Re Di Roma-

Der Zusammenhang von Bewegung und Lernen in neueren Lernkonzepten an Schulen im deutschen Sprachraum

Verlag, 2012, 220 S.

Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (Hg.): Lernen in Bewegung,
Themenfächer, Ingold-Verlag, 2008

(Der vorliegende Artikel ist eine Übersetzung des Berichts ドイツ語圏の義務教育の学校における外国語授業で使用する教授法・学習方法の現状, 京都女子大学、研究紀要 30, 2017/2)